



# REHBERLİK BÜLTENİ

## OCAK AYI

### KONULAR

#### 1. Yarıyıl Değerlendirmesi

a. Akademik Değerlendirme

b. Sosyal Gelişimini İncele

c. Duygusal Yolculuğunu Değerlendir

#### 2. Ara Tatil

a. Dinlen ve Yenilen

b. Eksiklerini Tamamla

c. Yeni Döneme Hazırlan

# 2023







# YARIYIL DEĞERLENDİRMESİ

## KENDİNİ TANI, GELİŞİMİNİ İZLE

### Sevgili Öğrenciler,

Birinci dönemi geride bırakırken, şimdiye kadar neler başardığınızı ve neler öğrendiğinizi düşünmenin tam zamanı.

Bu süreçte kendinizi daha iyi tanımak ve ikinci dönem için daha güçlü hedefler belirlemek adına yarıyıl değerlendirme yapmanız önemlidir.

### Akademik Değerlendirme

- Karne notlarını dikkatlice incele. Hangi derslerde harikalar yarattın? ✨ Hangi derslerde biraz daha desteğe ihtiyacın var?
- Öğretmenlerinin yorumlarını değerlendir. Sana hangi konularda rehberlik ediyorlar?
- Kendini geliştirmek için neler yapabilirsin? Ekstra çalışma, öğretmeninden yardım alma veya farklı öğrenme yöntemleri deneme gibi...

### Hedeflerini Belirle ve Planını Yap

- İkinci dönem için gerçekçi hedefler belirle. Bu hedeflere ulaşmak için neler yapman gerekiyor?
- Bir çalışma planı oluştur. Her ders için ne kadar zaman ayıracaksın? Hangi günler hangi derslere çalışacaksın?
- Planına sadık kal ve düzenli çalış. Başarı seninle olacak

### Sosyal Gelişimini İncele

Okul hayatı sadece derslerden ibaret değil. Arkadaşlıklar, sosyal beceriler ve okul hayatına katılım da gelişiminin önemli bir parçası.

### Arkadaşlıklarını Değerlendir

- Yeni arkadaşlıklar kurdun mu? Var olan arkadaşlıkların nasıl ilerliyor?
- Arkadaşlarıyla nasıl vakit geçiriyorsun? Onlarla neler paylaşıyorsun?
- Sağlıklı ve olumlu ilişkiler kurmak için nelere dikkat ediyorsun?

### İletişim Becerilerini Geliştir

- İnsanlarla nasıl iletişim kuruyorsun? Düşüncelerini ve duygularını açıkça ifade edebiliyor musun?
- Empati kurabiliyor musun? Başkalarının duygularını anlamaya çalışıyor musun?
- Çatışma durumlarında nasıl davranıyorsun? Problem çözme becerilerini nasıl geliştirebilirsin?

### Okul Etkinliklerine Katıl

- Okulda düzenlenen etkinliklere katılıyor musun? Kulüplerde yer alıyor musun?
- Sosyal becerilerini geliştirmek için neler yapabilirsin? Yeni insanlarla tanışmak, farklı etkinliklerde yer almak gibi...

### Duygusal Yolculuğunu Değerlendir

#### Duygularını Tanı

- Bu dönem hangi duyguları daha yoğun yaşadın? Sevinç, üzüntü, öfke, korku...
- Hangi olaylar veya durumlar bu duyguları tetikledi?
- Duygularını ifade etmek için neler yaptın? Günlük tuttun mu? Birisiyle konuştun mu?

#### Kendine Şefkat Göster

- Kendine karşı nazik ve anlayışlı davranıyor musun? Yoksa kendini eleştiriyor musun?
- Hatalarını kabul ediyor ve onlardan ders çıkarıyor musun?
- Kendine şefkat göstermek, öz-değerini artırır ve daha mutlu olmanı sağlar.

### Destek İçin Buradayız!

Herhangi bir sorunuz veya ihtiyacınız olduğunda rehberlik servisi ve öğretmenlerinle konuşmaktan çekinmeyin.







# ARA TATİL

## DİNLEN, EĞLEN, GELİŞ

Ara tatil, yoğun bir dönemin ardından dinlenmek, eğlenmek ve yeni döneme hazırlanmak için harika bir fırsat!



### 1. Dinlen ve Yenilen 🛌

- **Uykunuzu alın:** Vücudunuzun ve zihninizin dinlenmeye ihtiyacı var. **zzz** Tatilde uyku düzeninize dikkat edin ve bol bol uyuyun.
- **Rahatlayın:** Kendinizi şımartın! Size iyi gelen şeyleri yapın; güzel bir film izleyin, 🎬 sevdiğiniz kitapları okuyun, 🎮 spor yapın, sevdiklerinizle zaman geçirin.
- **Doğayla iç içe olun:** Yürüyüşe çıkın, 🚶 parkta vakit geçirin, 🌳 temiz hava alın. 🌿



### Destek İçin Buradayız!

Herhangi bir sorunuz veya ihtiyacınız olduğunda rehberlik servisi ve öğretmenlerinizle konuşmaktan çekinmeyin.

### 2. Eksiklerini Tamamla 🧐

- **Dersleri gözden geçir:** Birinci dönemde zorlandığın konuları tekrar et. 📝 Notlarını düzenle ve eksiklerini tamamla.
- **Pratik yap:** Bol bol soru çözerek konuları pekiştir. 🧠 Çözemediğin soruları öğretmenlerine sormaktan çekinme. 🙋
- **Planlı çalış:** Her gün belirli bir zamanı ders çalışmaya ayır. 📅  
Böylece hem eksiklerini tamamla hem de tatilin tadını çıkarabilirsin.

### 3. Yeni Döneme Hazırlan 🚀

- **Hedeflerini belirle:** İkinci dönem için neler başarmak istiyorsun? 🤔 Hedeflerini belirle ve bunlara ulaşmak için bir plan yap. 🎯
- **Motivasyonunu koru:** Yeni döneme enerjik ve motive bir şekilde başlamak için tatilde keyif aldığın şeylere zaman ayır. 😊
- **Kendine inan:** Başarabileceğine inan ve azimli ol! 💪 Yeni dönemde de harika şeyler başaracağına eminiz.

**Ara tatilinizi dolu dolu geçirmeniz dileğiyle!**

